

令和3年度 第1回在宅介護者の集い 開催の御案内

在宅介護者の集いは在宅で御家族の介護をされている方を対象に、慰労と心身のリフレッシュを図り、あわせて介護者同士の交流を深めることを目的としております。

どうぞお気軽にご参加ください！

令和3年10月11日(月)10:00~11:30

会場:北栄町社会福祉センター2階

「しゃべって笑って泣いて免疫力アップ」

心の元気講演家 石川 達之 氏

ただでさえストレスの多い日常生活に、コロナ禍となってからは毎日不安や恐怖心を煽る情報が押し寄せてきます。心が受けるダメージを軽くするために、科学的に効果のあるストレス解消法、悲しみ・苦しみなどのストレス解消法、笑いで免疫力を高める話など、歌を交えてお伝えします。笑って泣いて語り合っ心と体の免疫力を高めましょう。この集いのために初披露する歌も作りました。

会場でお待ちしております。

☆プロフィール☆

1957年生まれ。鳥取県湯梨浜町在住。

消防局に勤務しながら、「歌う消防士」として24時間テレビやNHK全国ニュース、日経、読売新聞など各メディアで紹介される。

病気の家族への対応経験、数多く出動した現場での活動経験から心の健康の重要性を痛感し早期退職して講演活動を始める。



☆令和3年9月8日(水)までに、別紙「申込書」を社会福祉協議会に提出してください。

☆昼食のお弁当を準備しますのでお持ち帰りください。(参加費無料)

☆当日の送迎時間、送迎場所につきましては、参加者取りまとめ後に通知します。

お問い合わせ
お申込み先

北栄町社会福祉協議会 北栄町瀬戸36番地2
TEL:37-4522(担当:小谷)